



Deutsches
Jugendinstitut

Policy Brief

Simone Schüller

Homeoffice als Gleichstellungsinstrument

Kausale Evidenz zur Arbeitsteilung in Elternpaaren

- Regelmäßiges Homeoffice von Vätern führt zu einer signifikant egalitäreren Aufteilung von Hausarbeit in Paarhaushalten
- Die Effekte betreffen die Aufteilung der Hausarbeit – es zeigen sich keine Auswirkungen auf die Aufteilung von Kinderbetreuung
- Homeoffice von Müttern zeigt keine signifikanten Effekte auf die innerfamiliäre Arbeitsteilung
- Die Effekte väterlichen Homeoffices reichen über die eigene Zeitverwendung hinaus und gehen mit geringerer Hausarbeitszeit sowie höherer Erwerbsarbeitszeit der Mütter und egalitäreren Geschlechterrollen-Einstellungen der Väter einher
- Basierend auf: Schüller (2026), AID:A-Längsschnittdaten 2019 und 2023, Deutschland (Panel-IV-Analyse)

Hintergrund und politische Relevanz

Homeoffice und mobiles Arbeiten haben sich in den vergangenen Jahren pandemiebedingt von einer eher randständigen Arbeitsform zu einem festen Bestandteil moderner Erwerbsarbeit entwickelt. In Deutschland haben grundsätzlich etwa 56 Prozent aller Beschäftigten eine potenzielle Homeoffice-Eignung, das heißt, zumindest ein Teil ihrer Tätigkeiten könnte theoretisch von zu Hause aus erledigt werden (Alipour/Falck/Schüller 2020). In vielen Tätigkeitsfeldern ist die Möglichkeit, zumindest teilweise von zu Hause aus zu arbeiten, inzwischen dauerhaft etabliert. So arbeiteten im Jahr 2024 24,1% aller Erwerbstätigen in Deutschland zumindest gelegentlich von zu Hause aus, während der Anteil 2019 noch bei 12,9% lag (Destatis 2025).

Für Eltern und Familien hat Homeoffice dabei eine besondere Bedeutung. Es verändert die zeitliche und räumliche Organisation von Erwerbsarbeit und eröffnet zusätzliche Flexibilität bei der Koordination von beruflichen Anforderungen und familiären Verpflichtungen. Aus theoretischer Perspektive wird Homeoffice häufig mit einer besseren Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit und Familienaufgaben in Verbindung gebracht. In der bisherigen Forschung und politischen Diskussion stand dabei jedoch überwiegend die Vereinbarkeit von Frauen bzw. Müttern im Vordergrund, was eine gesellschaftliche Perspektive auf Vereinbarkeit als „Frauenproblem“ widerspiegelt (Goldin 2021). Eine umfassendere Betrachtung, die die gesamte Haushaltsorganisation sowie beide Elternteile systematisch einbezieht, ist demgegenüber bislang weniger stark ausgeprägt.

Vor dem Hintergrund der EU-Work-Life-Balance-Richtlinie (EU) 2019/1158 wird flexible Arbeit zunehmend auch als Instrument der Gleichstellungspolitik verstanden. Ziel der Richtlinie ist es unter anderem, die Erwerbs- und Sorgearbeit zwischen Frauen und Männern ausgewogener zu verteilen und insbesondere die Beteiligung von Vätern an familiären Aufgaben zu stärken. Damit rückt neben der Frage der Erwerbsbeteiligung von Frauen verstärkt die Rolle von Männern bzw. Vätern in den Fokus politischer Strategien zur Förderung von Vereinbarkeit und Geschlechtergleichstellung. In diesem Kontext stellt sich die Frage, inwieweit mobiles Arbeiten tatsächlich zu einer Veränderung innerfamiliärer Arbeitsteilung beitragen kann und ob es damit als komplementäres Instrument zur Umsetzung gleichstellungspolitischer Ziele geeignet ist.

Empirischer Ansatz und Datengrundlage

Die Frage, ob Homeoffice tatsächlich zu einer veränderten innerfamiliären Arbeitsteilung beiträgt, lässt sich empirisch nur unter geeigneter kausaler Identifikation beantworten, da die Nutzung flexibler Arbeitsformen typischerweise selektiv erfolgt. In Schüller (2026) wird hierzu ein neuer Ansatz zur Schätzung kausaler Wirkungszusammenhänge vorgestellt, der die pandemiebedingten Veränderungen in der Verfügbarkeit von Homeoffice als quasi-experimentellen Kontext nutzt. In Kombination mit berufsspezifischer Homeoffice-Eignung, berechnet in Ali-pour/Falck/Schüller (2023), ermöglicht dieser Ansatz eine kausale Identifikation der Effekte von Homeoffice auf die Arbeitsteilung von Sorgearbeit in Elternpaaren.

Die Nutzung von Homeoffice ist eine endogen bestimmte Entscheidung von Beschäftigten und Betrieben und hängt damit auch von Faktoren ab, die zugleich die innerfamiliäre Arbeitsteilung beeinflussen können. Ein einfacher Vergleich zwischen Homeoffice-Nutzer:innen und Nicht-Nutzer:innen wäre daher verzerrt. Der Instrumentalvariablen-Ansatz adressiert dieses Problem, indem er auf eine externe (exogene) Quelle für Unterschiede in der Homeoffice-Nutzung zurückgreift: die berufsspezifische Homeoffice-Eignung (das Instrument). Diese beeinflusst, ob und in welchem Umfang Beschäftigte Homeoffice nutzen, steht jedoch selbst nicht in direktem Zusammenhang mit der innerfamiliären Arbeitsteilung.

Vereinfacht lässt sich der Ansatz als eine Art natürliches Experiment verstehen: Mit Beginn der Pandemie nahm die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten, stark zu. Allerdings konnten nicht alle Beschäftigten gleichermaßen darauf zurückgreifen. Während sich manche Berufe gut für Homeoffice eigneten, war dies in anderen Tätigkeiten kaum möglich. Dadurch entstanden Unterschiede in der tatsächlichen Nutzung von Homeoffice, die weniger auf individuelle Entscheidungen als vielmehr auf berufliche Rahmenbedingungen zurückzuführen waren. Der Instrumentalvariablen-Ansatz nutzt diese Unterschiede, um den Einfluss von Homeoffice auf die innerfamiliäre Arbeitsteilung möglichst kausal zu untersuchen.

Ergänzend wird ein Panel-Ansatz mit fixen individuellen Effekten verwendet, der zeitlich stabile unbeobachtete Unterschiede zwischen Personen berücksichtigt, etwa grundlegende Präferenzen oder Persönlichkeitseigenschaften. Die Analyse basiert damit auf Veränderungen innerhalb von Personen über die Zeit, kombiniert mit exogener Variation in der Homeoffice-Nutzung, die insbesondere durch Unterschiede in der beruflichen Eignung im Zuge der pandemiebedingten Ausweitung von Homeoffice entstanden ist. Die geschätzten Effekte lassen sich als *Local Average Treatment Effects* (LATE) interpretieren und beziehen sich auf Personen, deren Homeoffice-Nutzung sich aufgrund ihrer beruflichen Homeoffice-Eignung tatsächlich verändert hat („Complier“).

Die Analyse basiert auf den Längsschnittdaten des Surveys „Aufwachsen in Deutschland: Alltagswelten“ (AID:A) des Deutschen Jugendinstituts (DJI). Verwendet werden Befragungsdaten aus den Jahren 2019 und 2023 (Kuger et al. 2020, 2024), wodurch Veränderungen vor und nach der starken pandemiebedingten Ausweitung von Homeoffice beobachtet werden können. Die Stichprobe umfasst Elternpaare mit minderjährigen Kindern im Haushalt und enthält unter anderem detaillierte Informationen zur Erwerbssituation, zur Nutzungshäufigkeit von Homeoffice, zur Zeitverwendung auf Hausarbeit und Kinderbetreuung beider Eltern sowie zu Einstellungen hinsichtlich Geschlechterrollen.

Veränderungen elterlicher Homeoffice-Nutzung und Arbeitsteilung zwischen 2019 und 2023

Deskriptive Befunde zeigen eine deutliche Ausweitung der Homeoffice-Nutzung zwischen 2019 und 2023 unter Eltern mit minderjährigen Kindern. Während vor der pandemiebedingten Arbeitsmarktveränderung Homeoffice noch vergleichsweise selten von Müttern und Vätern genutzt wurde, ist es 2023 zu einem regelmäßigen Bestandteil der Erwerbsorganisation geworden. So stieg in der Analyse-Stichprobe der Anteil erwerbstätiger Mütter mit Homeoffice-Nutzung von 43 Prozent im Jahr 2019 auf 57 Prozent im Jahr 2023. Bei erwerbstätigen Vätern erhöhte sich der entsprechende Anteil im selben Zeitraum von 48 auf 61 Prozent. Auch die Nutzungsintensität hat deutlich zugenommen: Der Anteil der regelmäßig, d.h. mindestens einmal pro Woche im Homeoffice arbeitenden Mütter stieg von 29 Prozent im Jahr 2019 auf 44 Prozent im Jahr 2023. Bei Vätern erhöhte sich der entsprechende Anteil im selben Zeitraum von 26 Prozent auf 48 Prozent.

Hinsichtlich der allgemeinen Homeoffice-Nutzung lag der Anteil bei Vätern bereits vor der Pandemie leicht über dem der Mütter; die Zuwächse zwischen 2019 und 2023 fallen jedoch insgesamt ähnlich aus (+14 Prozentpunkte vs. +13 Prozentpunkte). Bei der regelmäßigen, mindestens wöchentlichen Homeoffice-Nutzung waren die Ausgangsniveaus von Müttern und Vätern vor der Pandemie vergleichbar. In dieser Dimension zeigt sich im Zeitverlauf jedoch ein deutlich stärkerer Anstieg bei Vätern (+22 Prozentpunkte) als bei Müttern (+15 Prozentpunkte).

Über die AID:A-Wellen 2019 und 2023 hinweg zeigt sich ein Rückgang des mütterlichen Anteils an unbezahlter Sorgearbeit. Da in beiden Erhebungswellen dieselben Personen betrachtet werden, sind diese Veränderungen allerdings auch als Ausdruck des Älterwerdens der Kinder zu interpretieren. Insgesamt fallen die Veränderungen jedoch begrenzt aus: In der Analyse-Stichprobe erwerbstätiger Väter sinkt der Anteil der von Müttern geleisteten Hausarbeitszeit von 75 auf 68 Prozent und der Anteil ihrerder Kinderbetreuungszeit von 70 auf 65 Prozent. Trotz dieser Rückgänge bleibt die Arbeitsteilung deutlich ungleich verteilt, wobei Mütter im Durchschnitt weiterhin deutlich mehr als 60 Prozent der unbezahlten Sorgearbeit übernehmen.

Kausale und geschlechtsspezifische Effekte von Homeoffice

Die deskriptiven Befunde zeigen zwar eine deutliche Ausweitung der Homeoffice-Nutzung unter Eltern und gleichzeitig eine leichte Verschiebung hin zu einer egalitäreren innerfamiliären Arbeitsteilung, erlauben jedoch keine Aussage über Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge. Um kausale Homeoffice-Effekte von systematischen Verzerrungen in den beobachteten Veränderungen zu isolieren, wird hier ein Instrumentalvariablen-Ansatz auf Basis berufsspezifischer Homeoffice-Eignung genutzt.

Die Ergebnisse zeigen insgesamt, dass Homeoffice einen signifikanten Einfluss auf die innerfamiliäre Arbeitsteilung von Eltern ausübt. Dabei lassen sich folgende zentrale Befunde festhalten:

- **Asymmetrische geschlechtsspezifische Wirkung flexibler Arbeit:** Homeoffice entfaltet Gleichstellungseffekte bei unbezahlter Hausarbeit vor allem über Väter. Die Homeoffice-Nutzung der Väter steigert ihren Anteil an Hausarbeitszeit signifikant. Die Homeoffice-Nutzung von Müttern zeigt hingegen keine robusten Effekte auf die innerfamiliäre Arbeitsteilung, weder bei der Hausarbeit noch bei der Kinderbetreuung.
- **Regelmäßige Homeoffice-Nutzung als Schwelle:** Besonders ausgeprägt sind die Effekte des väterlichen Homeoffice bei hoher Nutzungsintensität, d.h. wenn mindestens einmal wöchentlich von zu Hause gearbeitet wird.
- **Effektgröße:** Mindestens wöchentliches Homeoffice der Väter steigert ihren Anteil an der Hausarbeit um 21 Prozentpunkte. Gemessen am durchschnittlichen väterlichen Anteil an Hausarbeit von 25 Prozent im Jahr 2019 handelt es sich um einen substanziellen Effekt auf die innerfamiliäre Arbeitsteilung und damit in Richtung einer egalitären Aufteilung (50 % zu 50 %).
- **Keine Wirkung auf Kinderbetreuung:** Homeoffice von Vätern wirkt sich ausschließlich auf die Arbeitsteilung der Hausarbeit aus, nicht jedoch auf die Kinderbetreuung.
- **Spillover-Effekte:** Väterliches Homeoffice wirkt über die individuelle Zeitverwendung hinaus auf die gesamte Haushaltsorganisation. Dabei sinkt die Hausarbeitszeit der Mütter, während ihre Erwerbsarbeitszeit zunimmt. Bei mindestens wöchentlicher Homeoffice-Nutzung der Väter erhöht sich die wöchentliche Erwerbsarbeitszeit der Mütter um rund zehn Stunden (keine Effekte auf Erwerbsbeteiligung).
- **Veränderung von Geschlechterrollen-Einstellungen bei Vätern als Wirk-Mechanismus:** Häufiges Homeoffice geht bei Vätern mit einer zunehmenden Zustimmung zu egalitäreren Verantwortungszuschreibungen in Haushaltsführung und Kinderbetreuung einher. Für Mütter zeigen sich keine entsprechenden Einstellungsveränderungen.
- **Complier-Charakterisierung:** Die geschätzten kausalen Effekte beziehen sich auf Väter, deren Homeoffice-Nutzung sich aufgrund der beruflichen Homeoffice-Eignung tatsächlich verändert hat („Complier“). Im Vergleich zur Gesamtstichprobe der analysierten Väter sind diese im Durchschnitt vergleichsweise geringer gebildet, weniger einkommensstark und vor der Pandemie seltener in Hausarbeit eingebunden. Die Ergebnisse sprechen damit dafür, dass die Effekte von Homeoffice nicht auf privilegierte Gruppen beschränkt sind.

Politik-Implikationen

Homeoffice ist nicht nur ein Arbeitsmarktinstrument, sondern auch ein Treiber realer und normativer Veränderungen innerhalb von Elternpaaren – mit messbaren Effekten auf Verhalten und Einstellungen. Die empirischen Befunde der Studie Schüller (2026) deuten darauf hin, dass diese Effekte jedoch nicht symmetrisch zwischen den Geschlechtern auftreten, sondern überwiegend über Väter vermittelt werden. Für die Homeoffice-Nutzung von Müttern zeigen sich hingegen keine robusten Veränderungen in der Verteilung von Hausarbeit oder Kinderbetreuung. Gleichzeitig kann väterliches Homeoffice mehrfache Gleichstellungseffekte entfalten: Es erhöht die Beteiligung von Vätern an Hausarbeit und geht zugleich mit einer Verlagerung mütterlicher Zeitverwendung von Hausarbeit hin zu Erwerbsarbeit einher. Besonders ausgeprägt sind diese Effekte bei häufiger und routinisierter Homeoffice-Nutzung der Väter. Die Befunde legen nahe, die regelmäßige Nutzung von Homeoffice durch Väter gezielt zu fördern und bestehende Präsenzkultur-Anreize in männerdominierten Erwerbskontexten abzubauen.

Gleichzeitig zeigen die Ergebnisse der Complier-Analyse, dass die geschätzten Effekte nicht ausschließlich auf hochgebildete oder besonders privilegierte Gruppen beschränkt sind, sondern auch in Haushalten mit geringerem Einkommen und Bildungsniveau auftreten. Dies spricht dafür, dass Homeoffice als arbeitsorganisatorische Veränderung ein breites Potenzial für Anpassungen in der innerfamiliären Arbeitsteilung besitzt, sofern entsprechende Nutzungsmöglichkeiten tatsächlich realisiert werden (können).

Selbst bei flexibler Arbeit bleiben die traditionellen Muster der Kinderbetreuung weitgehend stabil. Während sich die Aufteilung der Hausarbeit durch väterliches Homeoffice deutlich verändert, zeigt sich bei der Kinderbetreuung keine derartige Wirkung. Homeoffice stellt damit aus gleichstellungspolitischer Perspektive keinen vollständigen Ersatz für den Ausbau qualitativ hochwertiger institutioneller Kinderbetreuung dar.

Es liegt nahe, dass die beobachteten Gleichstellungseffekte von Homeoffice durch weitere ergänzende familienpolitische Maßnahmen verstärkt werden können. Dazu zählen insbesondere eine weitere Stärkung der Väterbeteiligung in der Elternzeit sowie betriebliche Maßnahmen zur Vermeidung geschlechtsspezifischer Segmentierung der Homeoffice-Nutzung. Daneben bleibt der Ausbau qualitativ hochwertiger und zugleich flexibler Kinderbetreuungsangebote ein wichtiger Baustein der Gleichstellungspolitik.

Die Befunde zeigen zudem, dass veränderte Alltagserfahrungen im Homeoffice einen eigenständigen Beitrag zur Veränderung von Geschlechterrollen-Einstellungen leisten können. Homeoffice der Väter wirkt damit auch als eine Art „Normenexperiment im Alltag“. Abschließend kann festgehalten werden, dass insbesondere die Flexibilisierung der Erwerbsarbeit von Vätern ein zentraler Mechanismus für eine stärkere Angleichung der Geschlechterrollen innerhalb von Paarhaushalten sein kann.

Literatur

- Alipour, Jean-Victor/Falck, Oliver/Schüller, Simone (2020): Homeoffice während der Pandemie und die Implikationen für eine Zeit nach der Krise. Ifo Schnelldienst, 73.Jg., H. 07, S. 30-36.
- Alipour, Jean-Victor/Falck, Oliver/Schüller, Simone (2023): Germany's capacity to work from home. *European Economic Review*, 151.Jg., Art. 104354. <https://doi.org/10.1016/j.euroecorev.2022.104354>
- Goldin, Claudia (2021). *Career and Family: Women's Century-Long Journey toward Equity*. Princeton University Press.
- Kuger, Susanne/ Prein, Gerald/Linberg, Anja/Hoffmann-Recksiedler, Claudia/Herz, Andreas/Gille, Martina/Berngruber, Anne/Bernhardt, Janine/Pötter, Ulrich/Zerle-Elsässer, Claudia/Steiner, Christine/Zimmermann, Janin/Quellenberg, Holger/Walper, Sabine/Rauschenbach, Thomas/Maly-Motta, Hanna Lena/Schickle, Valerie/Naab, Thorsten/Guglhör-Rudan, Angelika/Langmeyer, Alexandra/Tran, Kien/Gaup, Nora/Milbradt, Björn/Heintz-Martin, Valerie/Gerum, Magdalena/Entleitner-Phleps, Christine (2020). Aufwachsen in Deutschland: Alltagswelten 2019 (AID:A 2019). Alltagswelten von Kindern, Jugendlichen und Familien. Haupterhebung, 2019 (Version 1) [Datensatz]. Deutsches Jugendinstitut. <https://doi.org/10.17621/aida2019>
- Kuger, Susanne/Bernhardt, Janine/Herz, Andreas/Linberg, Anja/Recksiedler, Claudia/Simm, Inga/Ulrich, Susanne/Braun, Dominik/Blindow, Katrina/Fischer, Andreas/Schacht, Diana/Quellenberg, Holger/Berngruber, Anne/Chabursky, Sophia/Eichhorn, Thomas/Entleitner-Phleps, Christine/Guglhoer-Rudan, Angelika/Hofherr, Stefan/Langmeyer, Alexandra/Maly-Motta, Hanna Lena/Naab, Thorsten/Schüller, Simone/Steinberg, Hannah/Steiner, Christine/Tran, Kien/Zerle-Elsässer, Claudia/Walper, Sabine (2024). Aufwachsen in Deutschland: Alltagswelten 2023 (AID:A 2023). [Datensatz]. Haupterhebung, 2023. Onsite Version: 1.0.0. [Datensatz]. Deutsches Jugendinstitut. <https://doi.org/10.17621/aida2023>
- Schüller, Simone (2026). Estimating the effect of working from home on parents' division of childcare and housework: A new panel IV approach. *Labor Economics*, 99.Jg., Art. 102866. <https://doi.org/10.1016/j.labeco.2026.102866>
- Statistisches Bundesamt (Destatis) (2025). Homeoffice. Online verfügbar unter: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Arbeit/Arbeitsmarkt/Qualitaet-Arbeit/Dimension-3/home-office.html> (zuletzt abgerufen am 27.05.2026).

Impressum

© 2026 Deutsches Jugendinstitut e.V.

Deutsches Jugendinstitut
Nockherstraße 2
81541 München

Datum der Veröffentlichung Juli 2026

Deutsches Jugendinstitut
Außenstelle Halle
Franckeplatz 1, Haus 12/13
06110 Halle

Ansprechpartner:

Dr. Simone Schüller

Telefon +49 (0)89/62306-242

E-Mail schueller@dji.de

Forschung zu Kindern, Jugendlichen und Familien an der Schnittstelle von Wissenschaft, Politik und Fachpraxis

Das Deutsche Jugendinstitut e.V. (DJI) ist eines der größten sozialwissenschaftlichen Forschungsinstitute Europas. Seit über 60 Jahren erforscht es die Lebenslagen von Kindern, Jugendlichen und Familien, berät Bund, Länder und Gemeinden und liefert wichtige Impulse für die Fachpraxis.

Aktuell sind an den beiden Standorten München und Halle (Saale) etwa 380 Beschäftigte tätig, darunter rund 240 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler.

Finanziert wird das DJI überwiegend aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) und den Bundesländern. Weitere Zuwendungen erhält es im Rahmen von Projektförderungen u.a. von der Europäischen Kommission, Stiftungen und anderen Institutionen der Wissenschaftsförderung.